



## HORARIOS ACTIVIDADES DIRIGIDAS DESDE 28/06/09 VERANO 2010

	LUNES	SALA	MARTES	SALA	MIERCOLES	SALA	JUEVES	SALA	VIERNES	SALA
7:15	GAP/CARDIO	SF	CIRCUITO/TONO	SF			GAP/CARDIO	SF		
8:00	BODY PUMP	B	DRUMS BALL	B	GAP 30'	SF	STEP	B	AEROCICLING	A
9:15	MANTO	B	AEROCICLING	A	STEP	B	BODY PUMP	B	MANTO	B
10:30			GAP	SF			AEROCICLING	A		
13:15	AEROCICLING	A	BODY PUMP	B	MANTO	B	DRUMS BALL	B		
14:15	MANTO/STRECH	B			AEROCICLING	A	AEROFIT	B	ABD/CIRCUITO 30'	SF
15:30	AEROCICLING	A	BODY PUMP	B	DRUMS BALL	B	AEROCICLING	A		
18:30	DRUMS / FIT	B	BODY PUMP	B	AEROCICLING	A	STEP	B		
19:30	STEP	B	TONIFICACION	B	DRUMS BALL	B	BODY PUMP	B	AEROCICLING	A
20:30	AEROCICLING	A	STEP	B	CICLO TONO 60'	A	DRUMS BALL	B	BODY PUMP	B
21:00										
<b>PISCINA</b>										
9:15	AQ.AEROBIC				AQUA GIM				AQ.AEROBIC	
10:15	AQUA GIM		AQUA GIM		AQ.AEROBIC		AQUA GIM			
16:15	AQUA SALUD				AQUA SALUD		AQUA SALUD			
19:45	AQUA GIM				AQ GIM+RELAX 60'					

Carrer Fortuny, 25 (Tarragona) Tel. 977 22 64 57 - [www.orion-fitness.com](http://www.orion-fitness.com) - [orion@orion-fitness.com](mailto:orion@orion-fitness.com)

Las clases tienen una duración de 55´ menos Aerocicling y Aguas de 45´ y las de 30´ o 60´ indicadas en horario.

La Dirección se reserva el derecho de realizar las modificaciones que crea oportunas en este horario para un mejor servicio